

GALETTE AU SARRASIN

En cas hyperprotéiné et hypocalorique (appauvri en lipides et en glucides), saveur crêpe sarrasin dont la valeur énergétique est de 101 Kcal

INGREDIENTS

Blanc et jaune d'oeuf, farine de sarazin 16%, protéines de pois, protéine de soja, ACTIF (inuline de chicorée, vitamines (A, D3, E, C, B1, B2, B3/PP, B5, B6, B9, B12, B8/H,)), minéraux (Fe, Zn, Cu, Mn, Se, I), huile de poisson, extrait de café vert, extrait de thé vert), protéines de lait, fructose, amidon modifié, sel, antiagglomérants (carbonate de magnésium (E504), carbonate de potassium (E501)), acides aminés (DL-méthionine, L-thréonine, L-valine), correcteur d'acidité (acide citrique), muscade.

L'Actif booster permet un apport par dose de :

6,8 mg d'oméga3 sous forme DHA (HUILE DE POISSON) / 1,8g D'INULINE / 31,5mg D'ACIDE CHLOROGENIQUE (CAFE VERT)
7,5 mg DE CAFFEINE (CAFE VERT et THE VERT) / 10,7mg D'EPIGALLOCATECHINE (THE VERT)

Les vitamines (A, D3, E, C, B1, B2, B3/PP, B5, B6, B9, B12, B8/H) incorporées à l'actif assurent 15% des AJR/dose

La vitamine B6 est à 30% des AJR/dose

Les minéraux Zn, Fe, I, Se, Cu, Mn incorporés à l'actif assurent 15% des AJR/dose

ALLERGENES

contient : Œuf, Soja, Lait.

MODE D'EMPLOI

Verser le contenu du sachet dans 100ml d'eau, mélanger, cuire dans une poêle comme une crêpe traditionnelle et déguster.

Grammage du conditionnement :

27

Dilution :

100

ml

VALEURS NUTRITIONNELLES

Valeur énergétique		Pour en (g)	Pour en (g)	Pour en Kcal	
	g	100,0	27,0	100,0	
	KJ	1595	431	425	
	Kcal	375	101	100	
		Pour en (g)	Pour en (g)	Pour en Kcal	Energ Nut/
total différent de 100		100,0	27,0	100,0	Energ Totale
Protides	g	55,4	15,0	14,8	59%
Lipides	g	7,5	2,0	2,0	18%
dont Acide linoléique (LA)/OMEGA	g	0,0	0,0	0,0	0%
dont acides gras saturés	g	2,3	0,6	0,6	5%
Glucides totaux	g	17,4	4,7	4,6	19%
dont Glucides Simples	g	4,3	1,2	1,1	5%
dont Glucides complexes	g	12,7	3,4	3,4	14%
Fibres	g	8,0	2,2	2,1	4%
dont polydextrose	g	0,0	0,0	0,0	0%
dont F.O.S.	g	0,0	0,0	0,0	0%
Autres(acides organique)	g	0,2	0,1	0,1	0%
Humidité	g	6,3	1,7	1,7	0%
Minéraux	g	5,1	1,4	1,4	0%
		Pour en (g)	Pour en (g)	Pour en Kcal	AJR pour en g
Sels minéraux		100,0	27,0	100,0	27,0
Calcium	mg	250,4	67,6	66,7	8%
Phosphore	mg	477,7	129,0	127,3	16%
Sodium	mg	1017,7	274,8	271,2	
Potassium	mg	742,6	200,5	197,9	
Magnésium	mg	167,4	45,2	44,6	15%
Fer	mg	11,5	3,1	3,1	22%
Zinc	mg	8,9	2,4	2,4	16%
Cuivre	mg	0,9	0,2	0,2	
Iode	µg	84,7	22,9	22,6	15%
Manganèse	mg	0,6	0,2	0,2	
Sélénium	µg	35,0	9,5	9,3	
Chrome	µg	0,0	0,0	0,0	
Molybdène	µg	0,0	0,0	0,0	
Fluor	mg	0,0	0,0	0,0	
		Pour en (g)	Pour en (g)	Pour en Kcal	AJR pour en g
Vitamines		100,0	27,0	100,0	27
A (Rétinol)	µg	451,8	122,0	120,4	15%
C (Acide ascorbique)	mg	33,9	9,1	9,0	15%
E (Tocophérol)	mg	5,6	1,5	1,5	15%
B1 (Thiamine pure)	mg	0,9	0,2	0,2	16%
B2 (Riboflavine pure)	mg	0,9	0,3	0,2	16%
B3/PP (Niacine)	mg	10,8	2,9	2,9	16%
B5 (Acide pantothénique)	mg	3,5	1,0	0,9	16%
B6 (Pyridoxine pure)	mg	2,3	0,6	0,6	31%
B12 (Cyanocobalamine)	µg	0,6	0,2	0,2	15%
B8/H (Biotine)	µg	84,7	22,9	22,6	15%
B9 (Acide folique)	µg	121,6	32,8	32,4	16%
D2 (Ergocalciferol), D3 (Cholécalc	µg	3,1	0,8	0,8	17%
K1 (Phylloquinone, Phytométadiol	µg	0,0	0,0	0,0	0%